

Stage d'été intensif - 4 jours

« Au cœur de ta voix »

Descendre dans votre profondeur et exprimer votre être vocal

Du samedi 4 juillet au mardi 7 juillet 2026

à Iffendic (35) proche de Rennes

Stage animé par Véronique Thomas (enseignante du Roy Hart)



Dans un très bel espace de travail, en pleine campagne, proche de la forêt de Montfort sur Meu, nous irons à la rencontre de votre souffle-voix-corps et de votre Présence pour en révéler tout le potentiel caché. Vous serez invités à descendre dans votre profondeur pour entendre les multiples facettes de votre voix avec une autre écoute, une autre conscience, dans un lâcher-prise nécessaire et révélateur.

Nous irons explorer et visiter comment le souffle peut porter et révéler la vibration sonore dans tous ses états, comment le mouvement peut être le soutien ou le guide de votre voix et comment les 2 peuvent dialoguer ensemble pour aboutir à un chant authentique, profond, naturel, sans faux-semblant qui parle de vous, de votre être au plus profond de vous-mêmes. Vous pourrez alors laisser le jaillissement spontané et organique s'exprimer pour révéler toute la beauté de l'expression de votre être. L'instant présent du chant incarné pourra alors vous « chanter » entièrement.

Je me laisserai inspirer et guider en fonction des besoins du groupe et de votre énergie pour vous faire des propositions diverses tout au long de ces 4 journées intensives .

Au programme :

- Mise en disponibilité corporelle, détente et relaxation
- Respiration profonde
- Marche consciente
- Ouverture vocale et travail technique
- Temps individualisés
- Processus autour de la voix et du corps
- Travail autour du silence et de l'écoute fine de la vibration
- Processus dans la nature

- Processus autour de la Présence à soi
- Chant spontané ou intuitif
- Improvisations individuelles ou collectives, musicalité
- Chants à partager
- Temps de partage et ressentis

Chaque journée sera jalonnée de diverses propositions et expériences à ressentir, à vivre dans le corps, à goûter, à expérimenter, à chanter .

Je laisserai la fluidité prendre sa place au sein du groupe et vous inviterai à abandonner peurs, jugements et limitations.

Je vous accompagne avec bienveillance et écoute pour vous proposer des chemins d'ouverture avec souffle, corps et voix pour que vous fassiez corps avec vos sons en individuel et en groupe.

Horaires du stage : Samedi, Dimanche et lundi 10h-13h et 14h30-17h30. Le Mardi : 9h30 à 12h30 et 14h à 17h.

Participation au stage : 360 euros les 4 jours tarif plein pour 24h d'enseignement et **340 euros tarif solidaire.** Pour valider votre inscription et réserver votre place, il vous sera demandé de verser 90 euros d'arrhes à, l'adresse indiquée lors de votre premier contact. A moins d'un mois de stage les arrhes ne sont plus remboursables.

Vous pouvez aussi choisir de régler le tout ou une partie du stage en espèces. Dans ce cas, je vous rendrai votre chèque d'arrhes. (Et si vous avez des difficultés financières, contactez-moi afin qu'on trouve une solution ensemble.)

Nombre de personnes : à partir de 6 personnes et 10 personnes maxi.

Infos pratiques :

Une cuisine sera à votre disposition près de la salle de travail et vous pourrez y cuisiner (gazinière, four, frigo). Elle est tout équipée. **Pensez à apporter votre nourriture pour les 4 jours.** Sinon il y a des commerces sur la commune si vous avez besoin. Si vous le souhaitez, il est possible aussi de fonctionner façon Auberge espagnole et de partager ensemble les plats apportés ou cuisinés. A voir sur place en fonction du groupe.

Hébergements : 20 euros la nuit/personne. Possibilité d'arriver la veille après 18h. Merci de prévenir.

à l'étage : 6 chambres (dont 1 chambre individuelle avec 1 lit double) et 15 couchages (chambre de 3 à 4 lits individuels) wc, salle de bains avec baignoire, douche au rdc. Sur place, alèze, oreillers, couvertures et couettes sont fournis. **Apporter draps, housses de couettes, taie d'oreiller et serviettes de toilette. Apporter également vos chaussons pour l'accès aux chambres et également à la salle de travail.** Le mieux est d'apporter 2 paires de chaussons car le gîte est séparé de la salle de travail.

Hébergement en camping : A la belle saison, il est possible de mettre des tentes, des camions aménagés ou camping-car sur le terrain à l'extérieur. Le prix est de **8 euros par jour par personne avec sanitaires ou 10 euros par jour avec électricité.** Apportez votre tente, vos matelas et sac de couchage.

Paielement des frais d'hébergement :

Merci de prévoir votre hébergement en espèces.

Matériel à prévoir : Pantalon souple style jogging pour travail en salle, 1 tapis de sol, coussins ou zafu ou banc de méditation, plaid, chaussettes chaudes, eau, thermos.

**Pour tout autre question, contactez-moi par mail ou par
téléphone : 06 38 78 75 29 / veronique63.thomas@gmail.com**



Ce stage est animé par Véronique Thomas, chanteuse, improvisatrice, chef de chœur, professeur de voix du Centre International Roy Hart et accompagnatrice à l'émergence de l'être vocal dans sa globalité. Je suis chercheuse de chemins de souffle, de voix, de corps. J'invite à l'expression de l'être, sans masques, dans une recherche de sa liberté intérieure, son authenticité et en développant sa musicalité. Et parfois il m'arrive aussi d'être passeuse d'émotions selon les situations qui se présentent dans le travail. Dans tous les cas, ce qui m'importe c'est l'engagement et l'ouverture du cœur dans le travail que je propose et je me laisse complètement guider par elle afin de vous aider à révéler votre complétude et votre grandeur.

Site internet ; www.acorpsetavoix.com

site internet Roy Hart Theatre : www.roy-hart-theatre.com